**Актуально. ОРВИ и грипп.**

Наиболее часто «простудные», а точнее, острые респираторные заболевания у человека вызывают респираторные вирусы, входящие в многочисленную группу вирусов. Данные заболевания распространены в обществе на всех уровнях возрастов, а вызывать их могут свыше 200 возбудителей. Чаще всего заболевания респираторного тракта возникают по причине вирусов, составляющих группу ОРВИ – т.е. острых респираторных вирусных инфекций и вирусов гриппа. По социальной значимости ОРВИ и грипп выходят на лидирующие позиции среди других болезней.

 Основная проблема - в отношении общества к респираторным вирусам. Большинство людей не считают инфекции опасными, и смело переносят недуг на ногах, даже не удосуживаясь уточнить, чем грипп отличается от ОРВИ, симптомы какого заболевания сигнализируют о необходимости врачебного вмешательства. Безразличное отношение приводит к росту количества осложнений после гриппа и связанных с ними болезней сердечнососудистой и бронхолегочной систем, вдобавок, страдают другие функции организма.

**Признаки гриппа и ОРВИ**

У респираторных вирусов есть нечто общее – попасть в организм они могут через слизистые верхних дыхательных путей, в клетках эпителия которых вирусы активно размножаются. Вот почему в первые дни заболевания клинические симптомы вирусных и бактериальных инфекций респираторного типа так схожи: высокая температура, боль в горле, заложенность носа, насморк, головная боль, ломота в теле, озноб, слабость.

**Профилактика и лечение**

 С целью профилактики рекомендуется поднимать защитные силы организма и соблюдать гигиену, обогатить рацион витаминами Меры профилактики в период подъема заболеваемости включают в себя в первую очередь – это ограничение посещения мест с массовым скоплением людей (о чем мы с вами все благополучно забываем или попросту игнорируем это правило), соблюдение мер личной гигиены – чаще мыть руки с моющими средствами, необходимо стараться не прикасаться руками к глазам, носу, рту - ведь попасть в организм вирусы могут только через слизистые верхних дыхательных путей. И конечно хотелось бы еще раз напомнить о том, что самое основное профилактическое мероприятие для предупреждения заражения гриппом - это прививка против данной инфекции.

В целях предупреждения тяжелых последствий заболевания гриппом, в преддверии сезонного подъема заболеваемости, в населенных пунктах Невьянского городского округа ежегодно проводится иммунизация населения, в первую очередь лиц, относящихся к группам риска. За счет средств федерального бюджета прививаются дети дошкольного возраста, школьники, студенты, беременные женщины, пенсионеры, лица с хронической патологией, медицинские работники, работники образовательных учреждений, работники коммунальной службы (сферы обслуживания). Также подлежат прививкам против гриппа работники торговли и общественного питания, работники промышленных предприятий. И не нужно откладывать прививку на потом, как это бывает у нас очень часто – для того, чтобы был полноценный эффект от прививки очень важно во время ее поставить.

Что касается лечения, лекарственные препараты и антибиотики при ОРВИ и гриппе должен назначать только врач, исходя из необходимости, взвесив пользу и вред от препарата.

врач-эпидемиолог ГБУЗ СО «Невьянская ЦРБ Н.М. Газетдинов